

Jennifer Weidmann



MANNAZ  
Menschsein

JENNIFER WEIDMANN

# Die Rune MANNAZ

## Menschsein



**Achtung: Die Arbeit mit diesem Buch ersetzt keine Behandlung beim Arzt oder ausgebildeten Psychotherapeuten. Alle Übungen übernimmt der Leser auf eigene Verantwortung. Es wird keine Haftung übernommen.**

*Impressum*

*Jennifer Weidmann*

*Winderatt 4, 24966 Sörup*

*Deutschland*

***Jennifer.weidmann@gmx.de***

*Copyright 2016 – alle Rechte  
vorbehalten*

*Sämtliche Fotos wurden  
freundlicherweise von der  
Plattform pixabay.de gemeinfrei  
zur Verfügung gestellt.*

# Mannaz

Mannaz singt dir das Lied vom Mensch Sein in all seine möglichen Ausformungen, Facetten und Möglichkeiten. Die Seele, die sich einen menschlichen Körper ausgesucht hat, um in ihm seine Erfahrungen als Schöpfermacht zu erleben.

Letztendlich ist Mannaz hier auch das Symbol für die wahre große Meisterschaft. Es geht nicht darum möglichst schnell sich aus der Inkarnation zu erlösen, wieder in den Äther zu fliehen, sondern es geht darum, wirklich anzukommen in seinem menschlichen Sein. Und vor allem: sich als Seele im Menschen zu präsentieren, die höchstmöglich schwingend Entscheidungen trifft zum Wohle seiner selbst und auch zum Wohle aller inkarnierten Seelen auf diesem Planeten.

Das ist die Aufgabe vor der wir als Seelen derzeit auf unserem Planeten stehen: Menschen Sein eine würdige Definition und dann auch den würdigen Ausdruck zu geben. Die dunklen Abgründe des Mensch Seins erkennen, wahrnehmen, sich aber daraus erheben und diese Ausdrücke nicht mehr zu wählen in seinem Leben. Sondern immer lichter, liebevoller, respektvoller, achtsamer und dankbare seinen Seelenausdruck als Mensch in die Welt zu tragen.

Das ist nicht immer leicht – das ist, wie gesagt, die wahre Meisterprüfung, die wir als Seele ablegen können. Die wahre Einweihung unseres Seelenweges.

Doch so viele ignorieren es, lesen vielleicht diese Worte und schieben es weg, um wieder „Weltenfluchten“ zu finden, um sich nicht sich selbst und seinem Mensch Sein zu stellen.

Ich kann dich nur immer wieder einladen, dich daran zu erinnern: Du bist Seele und dein Körper, das Mensch Sein ist ein Geschenk- es gibt der Seele die Möglichkeit sich als Schöpfer zu erfahren- wir machen viel zu wenig aus diesem großartigen Geschenk – wir kämpfen viel zu oft gegen diesen Körper und unsere Lebensumstände an. Wir wollen es anders haben, wollen weg, wollen uns nicht annehmen – und verpassen damit die großartige Gelegenheit die wahre Erleuchtung zu erfahren.

Spiritualität bedeutet nichts anderes als wirklich anzukommen als Seele hier auf der Erde im Mensch Sein und die Vollkommenheit dieser Verbindung im höchstmöglichen Ausdruck zu erfahren.

Das ist der Weg und zeitgleich das Ziel, welchen wir gehen und welches wir anstreben. Die Frage ist immer: Was machen wir selbst aus diesem Mannaz Aspekt.

Mannaz ist eine großartige Rune – die uns unglaublich viel zu erzählen hat, wenn wir bereit sind zu lauschen- hinzuhören- aufhören weg zu laufen und fliehen zu wollen- sondern bereit sind endlich mal wirklich anzukommen und etwas aus dem, was wir bereits sind, zu erschaffen im höchstmöglichen Ausdruck. Hier beginnt der Frieden des Seins.

# MANNAZ

## Signale für die Arbeit

1. Probleme im menschlichen Körper anzukommen
2. Probleme mit dem menschlichen Körper, wie starke Schmerzen, ungelentk, ungeschickt- Abneigung von Körperfunktionen
3. Sehnsucht den Körper zu verlassen - Drogen als Flucht
- 4 keine klare Identität finden - auch Probleme, zu welchem Geschlecht man sich zu ordnen kann
5. hart ins Gericht gehen mit der Menschheit oder auch mit einzelnen Menschen

# Mannaz Selbst-Reflexion

1. Versuche dich zu fühlen, als Seele im menschlichen Körper: wie geht es dir mit deinem Körper? Wie wohl fühlst du dich in dir selbst? Wie gut behandelst du deinen Körper?

2. Stell dir vor dein Körper wäre deine größte Liebe: wie würdest du anderes mit ihm umgehen: was würdest du ihm geben? Wie würdest du ihn verwöhnen? Was würdest du ihm Liebes sagen?

3. Wie kannst du deine Beziehung zu deinem Körper ändern, um "den Körper als Tempel der Seele" wahr werden zu lassen

4. Bist du dir selbst der beste Partner?